WELLCOME INSTITUTE LIBRARY
Coll. | wellMOmec
Call No. | pam WB 535 1907 S66m

Smitt.

Mitteilungen aus dem Gebiete der Massage und der schwedischen Heilgymnastik.

Deutsch. milit.-ärzt. Zeit.
1907

Shitt

Edgar J. Cyriax

Sonderabdruck aus der »Deutschen Militärärztlichen Zeitschrift 1907.« Heft 10.

Überreicht vom Verfasser

Mitteilungen aus dem Gebiete der Massage und der schwedischen Heilgymnastik.

Von

Oberstabsarzt **Dr. Smitt,** Dresden[1]).

Seit einer Reihe von Jahren ist das Interesse für die arzneilosen Behandlungsweisen immer mehr gewachsen, und so ist es erklärlich, wenn jetzt auch mechanische Behandlungsmethoden, wie die Gymnastik und Massage, denen man seit Anfang bzw. Mitte des vorigen Jahrhunderts wieder mehr Beachtung schenkt, eine immer größere Anzahl von Anhängern unter Ärzten und Laien sich erwerben. Freilich ist die Zahl der nach diesen Methoden behandelten Kranken gegenüber der, die danach behandelt werden könnten, immer noch eine recht geringe. Es besteht kein Zweifel, daß beide Behandlungsarten noch bedeutend häufiger angewandt werden könnten, als es in Wirklichkeit geschieht.

Warum ist dies aber so? Nun, vor allen Dingen liegt der Grund darin, daß das ärztliche Interesse, das durch andere Zweige der Medizin, vor allen Dingen durch die im Riesen-Aufschwunge begriffene Chirurgie, schon so sehr in Anspruch genommen wird, für diese Methoden noch zu wenig geweckt wird. Von eignen Lehrstühlen für Massage und Gymnastik ist mir z. B. nur der an der Berliner Universität bekannt, den bis zu seinem Tode, im November vorigen Jahres, der bekannte Professor Zabludowski einnahm. Dann verlangen diese Methoden besondere Handfertigkeit und Geschicklichkeit und bisweilen auch recht erhebliche Körperkräfte und sind deshalb nicht jedermanns Sache. Ein weiterer Grund liegt fernerhin darin, daß die Behandlungen an die Zeit des Arztes und des Kranken große Anforderungen stellen. Der sonst schon viel beschäftigte Arzt kann sich deshalb mit ihnen nicht selbst befassen; infolgedessen kann er auch keine persönlichen Erfahrungen in diesen Methoden sich erwerben und kommt so nicht

[1]) Vortrag, gehalten am 10. Januar 1907 in der Dresdner Sanitätsoffizier-Gesellschaft und am 2. März 1907 in der Gesellschaft für Natur- und Heilkunde zu Dresden.

40618407

in die Lage, sich aus persönlicher Anschauung von ihrem Werte zu überzeugen. Den noch arbeitsfähigen Kranken wiederum reißt diese Behandlungsweise täglich auf längere Zeit aus seiner Beschäftigung heraus, und dies lassen die meisten eben nur geschehen, wenn es absolut nicht mehr zu umgehen ist. Endlich spielt der Kostenpunkt eine gewichtige Rolle mit. Das Exempel ist sehr einfach; der massierende und gymnastizierende Arzt kann in der gleichen Zeit nur eine geringere Anzahl von Kranken behandeln als der Arzt, der diese Behandlungen nicht selbst ausführt. Will er aber die gleichen Einnahmen haben wie jener, wozu ihn die sozialen Verhältnisse drängen, so muß er sich eben die einzelnen Behandlungen höher bezahlen lassen, seine Behandlung wird also verhältnismäßig kostspieliger. Das hält aber wiederum den Kranken, der den Wert dieser Behandlung nicht genügend kennt, oftmals, namentlich solange er noch irgendwie arbeitsfähig ist, von der Benutzung einer derartigen Kur ab. So sehen wir, daß es mancherlei Gründe gibt, die der Ausbreitung dieser mechanischen Behandlungsmethoden hinderlich im Wege stehen. Die Rücksichtnahme auf den Kostenpunkt ist es sicher auch mit gewesen, die den schwedischen Arzt und Gymnastik-Direktor Dr. Zander dazu brachten, den Bedarf an menschlicher Kraft durch maschinelle zu ersetzen. Mit der maschinellen Gymnastik wurde es ermöglicht, in einer bestimmten Zeit unter Hinzuziehung eines an Zahl wesentlich geringeren Personals als bei der manuellen Gymnastik eine bedeutend größere Anzahl von Kranken zu behandeln. Freilich bleibt die Anwendung der maschinellen Gymnastik immer beschränkt, ihre Anwendung am Krankenbett z. B. ist so gut wie ausgeschlossen. Und der Kostenpunkt ist schließlich auch mit daran schuld, daß die Massage noch so viel in Händen ungebildeter Laien ruht. Solche Laien können aus naheliegenden Gründen die Behandlungen billiger ausführen als die Ärzte, und sogenannte ärztlich geprüfte Masseure und Masseusen gibt es denn auch in Unmenge. Welchen Gefahren sich die Kranken durch die Inanspruchnahme solcher, oft nur ein paar Wochen notdürftig in der Technik ausgebildeter Laien aussetzen, ist ihnen gar nicht bekannt. Zabludowski hat einmal in einem Vortrage alle Schäden, die er nach falscher Behandlung von chirurgischen Kranken beobachtet hat, zusammengestellt. (Sammlung klinischer Vorträge Nr. 209 1. J. 1898.) Da findet man erwähnt Furunkulose, Abszesse, Frakturen, Übergang abgelaufener Prozesse in subakute und akute, Übergang akuter Fälle in chronische, am häufigsten

WELLCOME INSTITUTE LIBRARY
Coll. welMOmec
pam
WB535
1907
S66m
22500912359

Übergang leichter Verstauchungen in chronische Gelenksentzündungen; Steifwerden von Gelenken durch nicht rechtzeitiges Lösen von Verwachsungen, Auftreten traumatischer Sehnenscheidenentzündungen, Muskel- und Nervenentzündungen usw.

Gut wäre es, hätten wir ähnliche staatliche Einrichtungen, wie sie das schwedische gymnastische Staatsinstitut in Stockholm bietet, wo gebildete Herren und Damen in der Gymnastik und Massage gründlich ausgebildet werden, um diese Methoden dann praktisch und, soweit sie nicht selbst Ärzte sind, unter ärztlicher Aufsicht zu verwerten. Nur würde es sich empfehlen, diese Ausbildung gleich zu einem Zweig des ärztlichen Studiums überhaupt zu machen. Dann würde die Ausbreitung dieser Behandlungsweise gefördert werden, und auch für die Kranken, die einer solchen Behandlung bedürfen, wäre besser gesorgt. Vor allen Dingen würde dadurch dann auch der unbemittelten Bevölkerung die Wohltat einer derartigen Behandlung z. B. in Polikliniken, wie es in Schweden der Fall ist, zuteil werden können. Auch in den Kreisen der früheren Schüler und Schülerinnen des Stockholmer gymnastischen Staatsinstituts, der schwedischen Gymnastikdirektoren, wie sie genannt werden, tritt jetzt stark der Wunsch hervor, daß künftighin nur solche Herren und Damen in das gymnastische Staatsinstitut aufgenommen werden sollten, die sich dem ganzen medizinischen Staatsexamen unterziehen wollen. Daß für die Aufnahme in das schwedische Staatsinstitut von den Herren das Maturitätszeugnis eines Gymnasiums, von den Damen das Abgangszeugnis aus der obersten Klasse einer höheren Mädchenschule verlangt wird, wird Ihnen bekannt sein, ebenso daß das Studium bis zum Staatsexamen für die Herren, soweit sie nicht Ärzte sind, 3, für die Damen 2 Jahre dauert. — Doch genug hiervon. Wir müssen hoffen, daß wir einer Zeit entgegengehen, die auf allen Gebieten, so auch auf diesem uns Fortschritte bringen möge.

Lassen sie mich nur zunächst kurz die Frage beantworten, was verstehen wir im allgemeinen unter der Massage und schwedischen Heilgymnastik, wie führen wir sie aus, und worin liegt ihr Wert?

Unter Massage verstehen wir eine besondere Art von Einwirkung auf einen Organismus durch unsere Hände. Sie findet sich ebenso wie die Gymnastik schon in den ältesten, schriftlichen Überlieferungen (Landerer, Mechanotherapie 1894 S. 1) erwähnt. Sie besteht aus einer Anzahl von Handgriffen; für gewöhnlich zählt man, wie Ihnen bekannt ist, 4 verschiedene auf, nämlich das Streichen, Effleurage, das Reiben, Friktion, das Kneten, Pétrissage und das Klopfen, Klatschen, Tapotement.

Ausgeführt wird die Massage meist auf dem nackten Körper mit trockenen Händen oder unter Zuhilfenahme von Fett, Puder oder Seife, um die massierende Hand und den zu massierenden Körperteil geschmeidig zu machen. Zur Ausübung der Massage brauchen wir keine besonderen Einrichtungen, eine passende Lagerung des zu massierenden Körperteils, was wichtig ist, kann man sich stets verschaffen. Die Massage kann deshalb an jedem Orte gegeben werden.

Die schwedische Heilgymnastik besteht aus passiven, aktiven und Widerstandsbewegungen. Sie ist im Anfange des vorigen Jahrhunderts durch den Schweden Peter Henrik Ling begründet worden (1776 bis 1839). Er führte, während man sich bis dahin im allgemeinen mit aktiven Übungen begnügte, in die medizinische Gymnastik systematisch die passiven und Widerstandsbewegungen ein. — Venel wandte nach Landerer bereits Ende des 18. Jahrhunderts die passiven Bewegungen beim Klumpfuß an. — Bei den passiven Bewegungen werden die Übungen an dem Kranken durch eine zweite Person oder eine Maschine ausgeführt. Die Widerstandsbewegungen bestehen darin, daß der Kranke bestimmte Bewegungen unter Widerstand, der ihm von einer zweiten Person oder von einer Maschine geleistet wird, vornimmt. Wird der Widerstand durch eine Person geleistet, so haben wir es mit der manuellen, wird er von einer Maschine geleistet, mit der maschinellen Gymnastik zu tun. Die Widerstandsbewegungen können auch so angeordnet werden, daß die zweite Person oder an ihrer Stelle eine Maschine die Bewegungen ausführt und der Kranke dieser Bewegung Widerstand leistet. Das Charakteristische aller Widerstandsbewegungen in physiologischer Beziehung liegt darin, daß sie es ermöglichen, die Muskeln mit Ausschaltung ihrer Antagonisten zu üben. (Landerer, Mechanotherapie 1894, S. 34.) Lasse ich einem Kranken z. B. den Vorderarm unter Widerstand beugen, so lasse ich die Vorderarm-Beuger in Tätigkeit treten, während ich den Vorderarm-Streckern durch meinen Widerstand die ihnen sonst bei dieser Bewegung zufallende Arbeit der Regulierung der Vorderarmbeugung abnehme. Außerdem kann ich aber auch durch meinen Widerstand die Arbeit für die Beugemuskulatur erhöhen und dadurch eine allmähliche Stärkung gerade dieser Muskulatur erzielen. In dem Umstande, daß ich bei den Widerstandsbewegungen die Tätigkeit der Antagonisten ausschalten kann, liegt der Grund dafür, daß diese Bewegungen weniger anstrengend sein können als die einfachsten Freiübungen, bei denen stets beide Muskelarten, in unserem Falle die Unterarm-Beuger und Strecker, tätig sein müssen. Nach der körperlichen Anstrengung, die sie erfordern, stehen somit die Widerstandsbewegungen zwischen den passiven und aktiven Bewegungen, unseren Freiübungen. Wichtig ist bei der Ausübung der Gymnastik die Ausgangsstellung, d. h. die Stellung, welche der Kranke vor Beginn der Übung einnimmt, und aus welcher heraus dann die Bewegung erfolgt, z. B. ob der Kranke steht, sitzt, liegt oder hängt, ob er sich dabei anhält oder stützt usw. Zur Ausübung der manuellen Heilgymnastik bedürfen wir nur weniger Apparate, wiederum nur zu dem Zwecke, dem Körper wie bei der Massage die geeignete Lagerung oder Stellung geben zu können. Eine Bank, ein Wolm, ein Trapez, ein Sprossenmast, Schemel, Kissen, Stühle, ein Tisch, eine Chaiselongue genügen für gewöhnlich. Die meisten Apparate können wir uns überall leicht verschaffen oder wenigstens improvisieren, so daß wir in der Lage sind, die manuelle Gymnastik im Gegensatz zu der maschinellen fast überall, besonders auch am Krankenbette anwenden zu können. Für

die aus der manuellen Gymnastik hervorgegangene maschinelle Gymnastik fanden die Zanderschen Apparate die erste Anwendung. Sie sind vorbildlich geworden für eine große Anzahl nach ihnen erbauter, mehr oder weniger guter Apparate. Und solche oder Zander-Apparate kann man jetzt wohl in jedem Krankenhause, in jeder Kuranstalt vorfinden.

Die Massage und Gymnastik dienen nun dazu, »die physiologischen mechanischen Vorgänge im Organismus zu fördern, Hindernisse derselben wegzuräumen und etwaige Abweichungen zur Norm zurückzuführen«. (Landerer, Mechanotherapie 1894, S. 9.) Während die chemische Behandlungsweise »die Qualität des Körpers zu verändern sucht, will die mechanische Behandlung auf die im Körper vorhandenen festen und flüssigen Bestandteile Einfluß ausüben«. (Landerer.) Demgemäß hat sie, wie Landerer in seinem Handbuche der Mechanotherapie in klassischer Weise ausführt, »die Bewegung und den Wechsel des Blutes, der Gewebssäfte und der Lymphe zu fördern, zu beschleunigen und zu steigern; ebenso ist die Aufnahme des Sauerstoffs und die Ausscheidung der Kohlensäure des Körpers im ganzen wie in den einzelnen Teilen zu vermehren. Die Entfernung von Ermüdungs-Schlacken und giftigen Stoffen soll beschleunigt und erleichtert werden, die Beschaffung neuen Blutes und neuer Ernährungsflüssigkeit soll unterstützt werden; abnorme Anhäufungen fester oder flüssiger Massen sind in Bewegung und damit zur Aufsaugung oder zur Ausstoßung zu bringen. Die bewegenden und bewegten Teile des Körpers sind durch Übung und Anregung zur Tätigkeit zu kräftigen, und dadurch ist ihre Ernährung und Leistungsfähigkeit zu befördern und dergleichen mehr. Mit anderen Worten, es soll arterielle Hyperämie mit all ihren günstigen Folgen für das betreffende Organ — vermehrte Blut- und Lymphzufuhr, Beschleunigung der Blut- und Lymphströmung usw. herbeigeführt werden; der ungenügenden Blutbewegung (Blutstockung), der Inaktivitätsatrophie ist vorzubeugen; wenn möglich, ist Arbeitshypertrophie zu erstreben. Neben dieser Beeinflussung der physiologischen Funktionen des Körpers fällt diesen mechanischen Behandlungsmethoden noch die Aufgabe zu, abnorme Formen des Körpers wieder, soweit möglich zur Norm zurückzuführen«. (Landerer, Mechanotherapie 1894, S. 9 u. 10.)

Ich komme nun zu der Besprechung einer Reihe von Krankheiten, bei denen ich selbst während einer nunmehr 10jährigen Spezialpraxis die Massage und schwedische Heilgymnastik angewandt habe, und zwar beginne ich mit den Myitiden. Mit diesen, weil sie in der Massage-

praxis eine besonders große Rolle spielen, und ich die Beschwerden, die sie verursachen, außer an meinen Kranken an mir selbst reichlich Gelegenheit gehabt habe, zu studieren.

Unter Myitiden verstehen wir Entzündungsprozesse in den Muskeln, die bei genügender Übung in derartigen Untersuchungen durch die Palpation festgestellt werden können. Von etwa gleicher Bedeutung, was die durch sie verursachten Beschwerden anlangt, sind die im subkutanen Zellgewebe befindlichen Entzündungen, die von einzelnen Autoren Cellulitiden genannt werden. Wir unterscheiden nun frische und veraltete Entzündungsprozesse. In frischen, akuten Fällen fühlen sich die betreffenden Stellen weich an, und man bekommt den Eindruck einer teigigen Anschwellung; in den veralteten, chronischen Fällen dagegen ist das betreffende Gewebe härter als normal. Als Grund für den verschiedenen Befund nimmt man an, daß es sich bei den frischen Myitiden wie bei jeder akuten Entzündung um eine pathologische Exsudation, bei den veralteten wie bei jeder chronischen Entzündung um eine pathologische Vermehrung des Bindegewebes in der Hauptsache handelt. (Kleen, Handbuch der Massage 1895, S. 83.) Über die Ursachen für die Entstehung dieser Art von Entzündungsherden in den Muskeln und im Unterhautzellgewebe wissen wir noch wenig. Wir wissen aber aus der allgemeinen Pathologie, daß die Ursache einer Entzündung sowohl »in mechanischen oder thermischen oder elektrischen oder chemischen Einwirkungen als auch in dem Einflusse von Parasiten gelegen sein kann«; ferner daß »die meisten Entzündungsursachen von außen in den menschlichen Organismus gelangen, sich jedoch auch im Innern des Körpers Entzündungserreger bilden können, so z. B. beim Stoffwechsel« (Ziegler, Allg. Pathologie, XI. Aufl. 1905 I, S. 336); und so müssen wir annehmen, daß auch die Myitiden und die ihnen verwandten Entzündungen im Unterhautzellgewebe auf derartige Ursachen zurückzuführen sind. So werden durch mechanische Einwirkungen die traumatischen Myitiden entstehen, durch thermische z. B. infolge plötzlicher Abkühlung die sogenannten rheumatischen, und ebenso werden sich solche Entzündungsprodukte bilden auf chemische Einwirkung hin, z. B. durch Reizung der Gewebe durch abnorme Stoffwechselprodukte bei einer Stoffwechselstörung. Daß eine Stoffwechselstörung sich in dieser Weise besonders an den Muskeln bemerkbar macht, ist erklärlich, denn gerade in den Muskeln ist unter normalen Verhältnissen der Stoffwechsel sehr rege. Natürlich können wir uns auch vorstellen, daß es sich nicht immer nur um eine Ursache zu handeln braucht, sondern daß bisweilen auch mehrere Ursachen zusammentreffen können. Wenn wir nun noch bedenken, auf wieviel verschiedene Weisen es zu den einzelnen schädlichen Einwirkungen, den mechanischen, thermischen, chemischen usw. kommen kann, auf welche verschiedene Weise es z. B. zu einer Stoffwechselstörung kommen kann, »des Stoffwechsels, der bekanntlich von der Tätigkeit der Gewebe, von der Beschaffenheit des Blutes, das ihnen zugeführt wird, und von gewissen Einflüssen des Nervensystems (Landois, Lehrbuch der Physiologie des Menschen 1905, S. 453) abhängt«, so wird es uns klar, daß wir annehmen müssen, daß die Ursachen für die Entstehung von Myitiden sehr zahlreich sind. Wir können dann verstehen, wenn mangelhafte Bewegung infolge anhaltend sitzender Lebensweise ebenso wie Überanstrengung der Muskeln Myitiden hervorrufen, und wenn in gleicher Weise bei abnormer Blutbeschaffenheit,

wie bei der Blutarmut, bei der Gicht, beim Diabetes, bei jeder falschen Ernährungsweise oder bei schlechter Blutzirkulation sich solche Entzündungsprodukte entwickeln.

Von diesen Entzündungsprozessen können nun wohl alle Muskeln befallen werden, wenigstens sind sie auch an den geschütztesten Stellen, z. B. im Psoas major, gefunden worden. (Kleen, Handbuch der Massage 1895, S. 81.) Am häufigsten findet man sie in der Muskulatur des Nackens, des Kopfes und des Rückens. Die subjektiven Erscheinungen, die sie hervorrufen, sind wie bei jeder Entzündung der Schmerz und die gestörte Funktion. Die Schmerzen, sowohl die spontanen als auch die auf Druck, müssen wir uns als die Folge des Druckes, den die angeschwollenen Muskelteile auf die Empfindungsnerven ausüben, oder als die Folge der Zerrung dieser Nerven durch das härter gewordene Gewebe, das dabei an Elastizität verloren hat, oder schließlich als Folge des Übergreifens des Entzündungsprozesses auf die Empfindungsnerven selbst erklären. (Kleen, Handbuch der Massage 1895, S. 81.) Daß durch den Entzündungsprozeß auch die Funktion des Muskels gestört wird, ist selbstverständlich. Die durch die Myitiden und die gleichen Entzündungen im Unterhautzellgewebe hervorgerufenen Störungen im Organismus werden nun nach ihrem Sitze und nach dem mehr oder weniger starken Hervortreten des einen oder anderen Symptoms verschieden benannt. So können die Myitiden die Ursache sein für die Migräne, für die verschiedensten Neuralgien, besonders am Kopfe, aber auch am übrigen Körper, für zahlreiche Muskelerkrankungen, z. B. den steifen Hals, den Hexenschuß, für Schwäche- und Krampfzustände, in den Armen z. B. den Schreibkrampf oder in den Beinen z. B. den Wadenkrampf und für manche andere Zustände. Wenn man nun bei derartigen Fällen es sich klarmachen will, ob Entzündungsprozesse in den Muskeln bzw. im Unterhautzellgewebe vorliegen, so muß man, abgesehen von allen differentialdiagnostischen Merkmalen andern Krankheiten gegenüber, besonders in der Verwertung subjektiver Klagen der Kranken sehr vorsichtig sein. Die spontan geklagten Schmerzen z. B. können uns nicht immer einen sicheren Anhalt für den Ort der Erkrankung geben. Aus der Physiologie wissen wir nämlich, wie schwer es ist, Schmerzempfindungen genau zu lokalisieren, zumal heftige Schmerzen (Landois, Lehrbuch der Physiologie 1905, S. 901). So habe ich z. B. wiederholt Kranke mit Knieschmerzen behandelt, bei denen der Sitz der Erkrankung die Oberschenkelmuskulatur war, oder Kranke mit Stirnkopfschmerz, wo die Erkrankung im Sterno-cleido-

mastoideus oder im Cucullaris saß, oder Kranke mit Schmerzen im Hand- oder Fußgelenk, wo die Störung in der Vorderarm- bzw. Unterschenkelmuskulatur sich befand.

Mehr sind die auf Druck geklagten Schmerzen, wenn Simulation ausgeschlossen werden kann, zu verwerten (Kleen, Handbuch der Massage 1895, S. 82), und besonders wenn die Schmerzen von der Druckstelle aus weiter in die Peripherie ausstrahlen, z. B. beim Druck auf eine Stelle im Cucullaris nach der Gegend hinter dem Ohr oder nach dem Scheitel oder nach der Stirn.

Aber auch bei der Beurteilung objektiver Erscheinungen muß man vorsichtig sein, auch da kann nur reichliche Erfahrung vor Irrtümern bewahren, denn sonst können »Infiltrate der Haut und Unterhaut oder Verdickungen der Faszien oder ganz normale Dinge wie Lappungen in dem subkutanen Fettgewebe oder Konsistenzunterschiede, welche von darunterliegenden Teilen herrühren oder durch den eigenen Bau des Muskels bedingt sind, irreleiten«. (Kleen, Handbuch der Massage 1895, S. 83.)

Neuerdings hat Peritz in der Nr. 45 der Medizinischen Klinik vom Jahre 1906 darauf hingewiesen, daß zur Auffindung der kranken Muskelstellen der faradische Strom sich eigne. Weil der Strom an solchen Stellen an Stelle des sonst prickelnden Gefühls einen unangenehm brennenden Schmerz hervorrufe.

Aber ebenso wie die Gefahr besteht, daß von Ungeübten Myitiden angenommen werden, wo solche gar nicht vorliegen, so können auch durch Myitiden veranlaßte Beschwerden fälschlicherweise auf andere Ursachen zurückgeführt werden. Namentlich können durch derartige äußere Schäden innere Erkrankungen vorgetäuscht werden. (Kleen, Handbuch der Massage 1895, S. 83.) Ich komme hierauf noch zurück.

Eine der häufigsten Krankheiten, die durch Myitiden und gleiche Entzündungen im Unterhautzellgewebe hervorgerufen wird, ist nun die Migräne, überhaupt der Kopfschmerz. Denn so verschiedenartig auch die subjektiven Erscheinungen beim Kopfschmerz sein können, so häufig beruhen sie schließlich doch auf dem gleichen krankhaften Prozeß, nur ist derselbe einmal von geringerer, das andere Mal von größerer Ausdehnung. Die Beschwerden, die von den leichtesten Schmerzen, teils einseitigen, teils doppelseitigen, teils in der Stirn, in den Augen, teils in der Schläfe, teils auf dem Scheitel oder im Hinterhaupte auftreten, bis zu den stärksten, mit Erbrechen verlaufenden und sonstigen

auf das Zentralnervensystem zu beziehenden Erscheinungen aller Grade aufweisen können, brauche ich Ihnen nicht näher zu schildern. Zu solchen Kopfschmerzen können Myitiden führen, die sich am Kopfe und am Nacken bzw. Halse befinden. Am Nacken sitzen sie vorzugsweise im M. cucullaris, besonders in dem von der Kopfinsertion bis zum Ansatze an der Schulterblattgräte sich hinziehenden Teil und im Sterno-cleido-mastoideus.

Die Behandlung der Myitiden besteht nun darin, daß man durch Hervorbringung einer aktiven Blutzufuhr zu den kranken Muskelteilen die Verdickungen zu zerteilen oder, wo dies wegen der Härte des Gewebes nicht mehr möglich ist, sie in sich und gegen ihre Umgebung zu lockern sucht. Hat man dies erreicht, und waren die Myitiden die einzige Ursache der Kopfschmerzen, so verlieren sich diese. So einfach freilich, wie dies gesagt ist, ist es nicht getan.

Einmal ist es, namentlich wenn nur wenige Verdickungen vorhanden sind, nicht immer leicht, diese zu finden; ein anderes Mal hat man zwar eine ganze Anzahl von Verdickungen gefühlt und auch bereits massiert, aber ohne irgendwelchen nennenswerten Erfolg. Der Grund liegt dann darin, daß einem die eine oder andere oder mehrere noch entgangen sind, z. B. Anschwellungen oder Verdickungen, die weiter vom Kopfe entfernt sitzen, etwa im M. splenius; oder die Stellen sitzen so tief und sind so fest, daß sie erst durch häufigere Behandlungen beeinflußt werden können; oder ich komme nicht zum Ziele, weil infolge des Grundübels, infolge einer Stoffwechselstörung sich immer von neuem wieder derartige Anschwellungen und Verdickungen bilden. Dann muß ich mein Augenmerk auch auf die Stoffwechselstörung richten, und ich berücksichtige deshalb die Einnahme der Nährstoffe und die Ausscheidung der Umsatzstoffe. Ich achte also zunächst auf die Kost, und zwar nicht nur in qualitativer Beziehung, sondern auch in quantitativer. Manche Menschen essen und trinken zu wenig, namentlich findet man dies bei Damen, die es lieben, sich stark zu schnüren, aber viel häufiger begegnet man der Tatsache, daß zu viel gegessen und getrunken wird, und nicht bloß zu viel von einem bestimmten Nahrungsmittel, etwa dem Fleische oder den Kohlehydraten, besonders dem Brote und den Kartoffeln, oder beim Trinken vom Alkohole, sondern zu viel von allen Nahrungsmitteln. Neben der Sorge für eine möglichst richtige Ernährung bin ich fernerhin bemüht, einer Hemmung in dem Ausscheidungsprozesse der Stoffwechselprodukte entgegenzutreten dadurch, daß ich auf eine gute Verdauung meist durch Leibmassage und bestimmte Gymnastik und auf eine genügende, aber auch nicht übermäßige Durchspülung des Körpers achte, daß ich ferner für eine den Kräften entsprechende genügende Körpertätigkeit sorge und schließlich auf eine gute Atmungstätigkeit und eine genügende Ausdünstung der Haut abziele. Letzteres geschieht durch Zimmerluftbäder, im Sommer, wo es möglich ist, durch solche im Freien. Ganz besonders möchte ich aber hier den Wert einer ausgiebigen Atmungsgymnastik betonen. Ist es doch verständlich, daß eine reichliche Zufuhr von Sauerstoff und eine ergiebige Ausscheidung der Umsatzstoffe für unsern Körper von hoher Bedeutung sein müssen.

Trotz der Berücksichtigung aller Punkte, die ich bisher erwähnt habe, bleiben nun aber immer noch Fälle mit Myitiden am Kopfe übrig, wo ich nicht zum Ziele gelange. In diesen erreiche ich die Schmerzfreiheit erst, nachdem ich zu der Kopfmassage und der Sorge für den Stoffwechsel auch noch die von Laker in Graz angegebene, innere Nasenmassage hinzunehme.

Dabei ist es nicht notwendig, daß man in der Nase augenfällig krankhafte Zustände vorfindet; bisweilen besteht ja eine chronische Schwellung der Schleimhaut, in anderen Fällen waren aber wieder eine Schleimhaut-Atrophie oder Narben nachweisbar, in einer ganzen Anzahl von Fällen hatte jedoch die spezialärztliche Untersuchung nichts Krankhaftes ergeben. Und doch führte erst die Hinzunahme der Nasenmassage zum Ziele. Ich glaube, daß es sich in solchen Fällen ebenfalls um Verdickungen, ähnlich denen in der Muskulatur und dem Unterhautzellgewebe, aber eben sehr kleine in der Nasenschleimhaut handeln kann, die durch Druck oder Zerrung der feinsten sensiblen Nervenäste den Kopfschmerz mit hervorrufen. Der Einfluß der Nasenmassage läßt sich aber auch so erklären, wie es Laker tut, der eine direkte Einwirkung auf das Gehirn annimmt, ermöglicht durch den unmittelbaren Zusammenhang, in welchem die Lymphgefäße der Nase mit der Cerebrospinalflüssigkeit und dem intracraniellen Drucke stehen (Laker, Bum, Handbuch der Massage und Gymnastik). Die Lakersche innere Nasenmassage ist bekanntlich eine manuelle Vibrationsmassage, die mit einem stricknadelähnlichen, mit Watte umwickelten, meist in Kokainlösung getauchten, geknöpften Metallstäbchen minutenlang ausgeführt wird.

Von großer Wichtigkeit ist bei der Behandlung der Kopfschmerzen mit Massage die Beachtung der unmittelbaren und namentlich der nachträglichen Folgen, die Reaktionen der Massage. Die Behandlungsart muß danach eine verschiedene sein. In dem einen Fall kann man von vornherein mit kräftigen Handgriffen vorgehen, in dem andern darf man nur in vorsichtigster Weise massieren; in dem einen Falle regt zunächst die Massage, selbst in sehr mäßiger Weise ausgeübt, das Nervensystem bereits stark auf, in dem andern wird die kräftigste Massage von Anfang an wohltuend empfunden. Wie ein Kranker auf die Massage reagieren wird, kann man vorher nicht sicher wissen, das erkennt man erst während der Behandlung. Es gibt Kranke — ich habe darunter anscheinend sehr kräftige Personen, z. B. Offiziere gehabt, die bei der Massage selbst wenig unangenehme Empfindung hatten, die aber durch die Massage trotzdem nachträglich so aufgeregt wurden, daß sie schlaflos und nach jeder Richtung hin reizbar wurden. Ich habe dagegen äußerst zarte Personen, zarte Damen behandelt, denen die Behandlung sehr schmerzhaft war, die aber unmittelbar danach Erleichterung verspürten und niemals irgendwelche stärkeren,

unangenehmen Nebenerscheinungen bekamen. Vor Jahren, als ich mit dieser Behandlungsweise anfing, haben mir denn auch die Erscheinungen bei und nach der Massage manche Schwierigkeiten verursacht, und oft war für mich die Entscheidung, was ich weiter tun sollte, nicht leicht.

Wie oft muß nun massiert werden? Ich massiere gewöhnlich täglich $^1/_4$ bis $^1/_2$ Stunde im Anfange und später jeden zweiten oder dritten Tag ebenso lange. In den günstigen Fällen ist es mir dann nach einigen Wochen gelungen, den Kopfschmerz zum Schwinden zu bringen, vorübergehend ist er oft schon nach einer oder zwei Sitzungen zu beseitigen gewesen. In anderen Fällen, namentlich in den schon jahrelang bestehenden, hat es aber bisweilen auch zwei, drei und auch mehr Monate gedauert, bis der Kopfschmerz vollständig wich. Fälle, bei denen andere Ursachen als die von mir genannten nicht nachweisbar waren, und wo ich durch die Behandlung doch nicht heilen oder wenigstens bessern konnte, habe ich nur wenige gehabt. Und ich bin der Überzeugung, daß der Mißerfolg bei diesen nur darauf beruhte, daß sie die Geduld zu bald verloren oder die Kur aus anderen Gründen zu früh beenden mußten.

Die Kranken, die ich wegen Kopfschmerz behandelt habe, litten gewöhnlich schon seit längerer Zeit daran, nicht nur monate-, sondern jahrelang; 10, 20 und mehr Jahre hatten sie ihre Beschwerden. Am längsten bestanden sie bei einer 58jährigen Dame, die seit 42 Jahren daran litt und trotz Anwendung aller möglichen Mittel nicht davon hatte befreit werden können. Sie war schließlich so weit heruntergekommen, daß sie ihre einfachen Wirtschaftsbücher nicht mehr führen konnte, seit mehreren Jahren jede Woche mehrere Tage im Bette bleiben und seit etwa drei Jahren fast täglich ein Migräninpulver nehmen mußte. Die Kranke ist vor einigen Jahren von mir behandelt worden; sie muß natürlich von Zeit zu Zeit sich wieder einmal nachbehandeln lassen, aber ihr Zustand ist jetzt so gut, daß sie meist ohne Kopfschmerzen ist, und daß sie nach jeder Richtung hin wieder leistungsfähig geworden ist.

Mit der Beseitigung des Kopfschmerzes durch die Massage gelingt es gewöhnlich, auch die Begleiterscheinungen des Kopfschmerzes zum Schwinden zu bringen. Ich nenne als solche Schlaflosigkeit, nervöse Reizbarkeit, sogenannte schlechte Stimmung, selbst melancholische Zustände. Nicht selten habe ich Kranke gehabt, die mit Selbstmordgedanken zu kämpfen gehabt hatten, und deren Gemüt durch die Behandlung wieder vollständig frei wurde. Ich erkläre mir diese Wirkung in der Weise, daß ich annehme, daß durch die Zerteilung oder Lockerung der Verdickungen an der Oberfläche des Schädels auch ein günstiger Einfluß auf die Zirkulationsverhältnisse im Schädelinneren ausgeübt wird.

Wenn man an die zahlreichen Vasa emissaria (Landerer), Mechanotherapie 1894 S. 163) denkt, die den Zusammenhang zwischen den Gefäßen der Schädeloberfläche und den Blutleitern der Schädelhöhle bilden, so kann man sich sehr wohl vorstellen, daß durch die Verdickungen in den Weichteilen der Schädeloberfläche das Abfließen des Blutes vom Schädelinneren nach außen gehemmt wird, und daß durch Beseitigung dieser Hemmungen die durch sie verursachten Störungen der Zirkulation im Gehirn und an seiner Oberfläche ebenfalls beseitigt werden. Natürlich kann, wenn die innere Nasenmassage mit vorgenommen wurde, dann auch der von Laker angenommene oben erwähnte Einfluß dieser Massage auf das Gehirn mit in Betracht gezogen werden.

Aber auch der Vorgang, den Cornelius (Cornelius, Druckpunkte, ihre Entstehung usw. 1902, S. 15 ff.) annimmt, daß nämlich durch Beseitigung der Reize für die peripheren Nerven, also hier durch Beseitigung der myitischen Reize, auch der durch diese Nerven beständig nach dem Gehirn fortgeleitete Reiz wegfällt und somit das Gehirn zur Ruhe kommen kann, ist für die Erklärung des günstigen Einflusses der Massage der Myitiden auf die Gehirntätigkeit beachtenswert. Auch ich bin der Ansicht wie Cornelius, daß diese äußeren Einwirkungen oft von größerem Einflusse für die Gehirntätigkeit sind, als man denkt. Viele Erscheinungen, die wir z. B. unter dem Namen der Neurasthenie zusammenfassen, wie Rücken- und sonstige Schmerzen, Herzklopfen, Atembeklemmung, Kopfdruck, eingenommener Kopf, Schwindel, Schlaflosigkeit würden sich auf diese Weise erklären lassen.

Ich komme nun zu Myitiden und Entzündungsprozessen im Unterhautzellgewebe mit anderen Symptomen als Kopfschmerzen, zu denen, die im allgemeinen Krankheitsbilder hervorrufen, die sich mit dem Begriffe Muskelrheumatismus decken Hierher gehören vor allem wiederum die Myitiden in den Muskeln des Nackens, ferner solche in der Gesäß- und Brustmuskulatur und in der der Gliedmaßen.

Wie rasch manchmal durch Massage Erfolge bei derartigen Erkrankungen zu erzielen sind, habe ich vor ein paar Monaten Gelegenheit gehabt, meinen Herren Kameraden bei einer ärztlichen Besprechung zu zeigen, als ein Kranker mit akuter Torticollis rheumatica, die plötzlich beim Turnen aufgetreten war, mit absolut steifem, in der charakteristischen Weise schief gehaltenen Kopfe infolge Erkrankung des einen Sterno-cleido-mastoideus vorgeführt wurde. So wie in diesem Falle schnelle Hilfe durch Massage möglich war, so ist sie es auch in anderen derartigen Fällen, z. B. beim Hexenschuß.

Da es mir nun in dem engen Rahmen eines Vortrages nur möglich ist, eine begrenzte Anzahl von Krankheitsbildern zu besprechen, so will

ich in folgendem nur solche derartige Erkrankungen herausnehmen, die besonderes Interesse verdienen, weil sie unter Umständen innere Krankheiten vortäuschen können. Zunächst solche Entzündungsprozesse in den Bauchdecken. Verdickungen in den Musculis rectis abdominis, namentlich in ihren Ansatzstellen am Brustkorbe oder in den Weichteilen darüber, verursachen bisweilen die gleichen, höchst unangenehmen Beschwerden, wie wir sie bei Magenerkrankungen, z. B. Magengeschwüren beobachten.

Kranke mit derartigen Verdickungen leiden in den milderen Fällen an sogenanntem Magendruck, in schlimmeren an angeblichen Magenschmerzen, sogar mit Übelkeit verbunden. Da sich die Beschwerden bisweilen nach den Mahlzeiten erst einstellen oder vermehren, so werden die Kranken mit dem Essen sehr vorsichtig und zurückhaltend. Hat man die auf Druck sehr empfindlichen Verdickungen der Bauchwand durch Massage zerteilt oder verkleinert oder gelockert, wobei sie auch allmählich ihre Schmerzhaftigkeit verlieren, so sind damit auch die Beschwerden beseitigt. Durch Anwendung heißer Kompressen oder feuchtwarmer Umschläge kann gewöhnlich die Massage unterstützt werden. Ich will nur den Krankheitsverlauf einer Patientin näher erwähnen, da er für den Erfolg dieser Behandlungsart charakteristisch ist. Diese Kranke, 45 Jahre alt, litt seit etwa 25 Jahren an sogenanntem Magendrücken, an Magenschmerzen und unregelmäßigem Stuhlgang und konnte schließlich so gut wie nichts mehr vertragen. Sie magerte infolgedessen ab und wurde elend und nervös. Da man trotz genauester Untersuchungen des Magens und der sonstigen Organe zu keiner sicheren Diagnose gelangen konnte, wurde wohl in der Annahme, daß es sich um innere Verwachsungen handeln könne, die Eröffnung der Bauchhöhle in Erwägung gezogen. Die Kranke war hierzu entschlossen, wollte aber vorher noch den Versuch mit der Massage machen. Ich fand eine Verdickung im linken Musc. rectus abdominis, deren Entstehung wahrscheinlich durch früheres starkes Schnüren, eine Schnürfurche war noch zu sehen, begünstigt war. Ich massierte die Verdickung und des trägen Stuhlganges wegen den Dickdarm, ließ das Reform-Korsett, das ihr bereits verordnet war, noch etwas mehr lockern, und bereits am nächsten Tage fühlte sich die Kranke bedeutend wohler. In wenigen Tagen war sie schmerzfrei und in etwa acht Wochen hatte ich sie so weit gebracht, daß sie wieder alles essen konnte. Die Behandlung hat vor fünf Jahren stattgefunden, die Kranke ist seitdem wohl und munter, geheilt von ihrem 25 Jahre lang erduldeten Leiden.

Sitzen die Verdickungen in der rechten oberen Bauchgegend, so können sie Gallensteinkoliken vortäuschen. Auch derartige Kranke habe ich mehrfach mit günstigem Erfolge behandelt. Und auch bei ihnen habe ich mich durch jahrelange Beobachtung von dem Anhalten des guten Erfolges überzeugen können.

Auch in der Unterbauchgegend kommen derartige Verdickungen der Bauchwände vor. So ist es z. B. nach meinen Beobachtungen,

die mit denen anderer Ärzte übereinstimmen, zweifellos, daß durch solche Entzündungsprozesse in der Bauchwand eine Blinddarmentzündung vorgetäuscht werden kann. Schmerzen in der Blinddarmgegend werden übrigens auch geklagt bei Anschwellungen, die sich in der rechten Lendengegend finden. Charakteristisch ist es, daß der Druck auf solche Stellen sofort bis in die Blinddarmgegend ausstrahlende Schmerzen auslösen kann. Auf Grund meiner Erfahrungen habe ich die Überzeugung gewonnen, daß die ohne Fieber und sonstige objektive, ohne allen Zweifel nur auf den Blinddarm zu beziehende, Erscheinungen auftretenden Schmerzen in der Blinddarmgegend öfter, als man denkt, auf derartige Veränderungen in den äußeren Bedeckungen zurückzuführen sind. Geradezu überraschend schnell kann man in solchen Fällen die Kranken durch Massage von ihren Beschwerden befreien. Ferner können derartige Verdickungen in der Unterbauchgegend durch die Art und die Lokalisierung der Schmerzen an eine chronische Eierstockentzündung denken lassen. Und wenn Fritsch (»Krankheiten der Frauen«, 8. Auflage, S. 425) behauptet, daß bei der Diagnose Eierstockentzündung viel gefehlt werde, weil oft bei irgendwelcher Schmerzempfindung in der Seite des Unterleibs sofort diese Diagnose gestellt werde, so entspricht dies meiner Behauptung. Auch bei solchen Kranken habe ich durch Massage in kurzer Zeit die Schmerzen beseitigen können.

Hierbei möchte ich auch meine Beobachtung an einigen Schwangeren erwähnen. Es sind öfters Gravidae zu mir gekommen mit den bekannten Beschwerden, wie Übelkeit, Brechneigung, Kopfschmerz, Schmerzen an den verschiedensten Körperstellen, namentlich am Leibe und am Rücken. Auch bei diesen konnte ich wiederholt schmerzhafte Verdickungen feststellen, durch deren Massage die Frauen ihre Beschwerden verloren oder vermindert bekamen.

Anschwellungen in den Weichteilen des Brustkorbs können Erkrankungen des Brustfells und des Herzens vortäuschen. Deutlich ist mir der erste derartige Fall, den ich vor Jahren behandelte, in Erinnerung geblieben.

Es war ein Kranker mit einer akuten trockenen Brustfellentzündung. Die objektiven Erscheinungen hatten sich bis auf das Nachschleppen der kranken Seite verloren. Subjektiv bestanden aber beim Atmen noch sehr heftige Schmerzen Diese wollten nicht weichen, da kam mir plötzlich der Gedanke, ob die Schmerzen nicht auch in diesem Falle von einer Anschwellung in den Bedeckungen des Brustkorbs herrühren könnten. Ich fand tatsächlich auch eine solche Stelle, massierte sie, und sofort verloren sich die Schmerzen, und der Kranke konnte wieder gut atmen. Die Beschwerden traten nicht wieder auf. Seitdem habe ich ähnliche Beobachtungen öfters machen können.

Sogenannte Herzschmerzen können durch Verdickungen in den Weichteilen der linken Brusthälfte vorgetäuscht werden. Sie verlieren sich dann ebenfalls durch die Massage.

Ich selbst habe vor Jahren längere Zeit die Vermutung gehabt, nach einer besonders starken körperlichen Anstrengung herzkrank geworden zu sein, weil ich häufig die sogenannten Herzschmerzen bekam. Mehrfache ärztliche Untersuchungen ergaben aber jedesmal, daß mein Herz gesund sei. Ich schonte mich deshalb nur, aber die Beschwerden verloren sich nicht. Erst als ich Kenntnis von dem Einflusse derartiger Verdickungen bekam und mich entsprechend behandelte, verlor ich sie, und zwar vollständig. Die gleiche Beobachtung hat Cornelius an sich gemacht. (Cornelius, Druckpunkt usw. 1902). Die bisweilen im Anfange der Behandlung auftretenden Reaktionen können den, der sie nicht kennt, besorgt machen. Ich habe sie deutlich an mir selbst studieren können. Sie bestehen in vermehrten Schmerzen in der Herzgegend, in dem Auftreten von Herzklopfen, von einem Beklemmungsgefühle auf der Brust, in dem Gefühle des Luftmangels mit dem Bedürfnisse zum tiefen Einatmen und bisweilen sogar in dem Gefühle der nach dem Halse aufsteigenden Kugel. Alle diese Reaktionsbeschwerden verlieren sich aber bei richtiger Massage in kurzer Zeit zusammen mit den eigentlichen Beschwerden.

Ich beende hiermit die Schilderung von Krankheiten und ihrer Behandlung, die in Beziehung stehen zu Entzündungsprozessen in den Muskeln und in dem Unterhautzellgewebe und komme nun zu einer Reihe anderer krankhafter Zustände, bei denen ebenfalls Massage und nun besonders auch Gymnastik anzuwenden sind.

Genügend bekannt ist der günstige Einfluß der Massage und Gymnastik bei chronischer Verstopfung. Hier bezwecken sie einmal eine Kräftigung der Bauchdecken, denn die erschlafften Bauchdecken geben häufig den Grund mit ab für die Verstopfung, und zum anderen eine direkte Kräftigung der Darm-, besonders der Dickdarmmuskulatur. Bei genügender Ausdauer gelingt es, wenn nicht noch andere Störungen vorliegen, meist auch bei langjährigem Bestehen der Verstopfung, sie zu heilen. Es ist mir z. B. gelungen, ohne Hinzunahme von Abführmitteln einen regelmäßigen täglichen Stuhlgang zu erzielen trotz vorherigen 20jährigen Bestehens der Verstopfung. Ein wertvolles Heilmittel ist die Massage und Gymnastik fernerhin auch bei einzelnen Konstitutionskrankheiten, so bei der Anämie und der Chlorose, beim Diabetes, bei der Gicht, bei der Fettleibigkeit. Bei der Anämie und Chlorose z. B., bei denen es sich meist um ziemlich zarte und schwächliche Personen handelt, kann man dadurch, ohne daß die Kranken sich selbst anzustrengen brauchen, die Blutzirkulation in günstigster Weise beeinflussen, und da durch den Blutkreislauf einmal alle Gewebe die ihnen nötige Ernährung zugeführt erhalten

und anderseits durch denselben die Umsatzstoffe aus den Geweben nach den Absonderungsorganen wieder abgeleitet werden (Landois), so wird durch die günstige Beeinflussung der Zirkulation die Tätigkeit der einzelnen Organe sehr unterstützt und so schließlich der ganze Organismus einschließlich der blutbildenden Organe einer Kräftigung zugeführt. Auch in den Fällen, in welchen mit Virchow eine angeborene Enge oder überhaupt eine mangelhafte Entwicklung des Arteriensystems, verbunden mit einer angeborenen Kleinheit und Schwäche des Herzens, als Ursache der Anämie angenommen wird (Strümpell II 552), wird die richtig angewandte Massage und Gymnastik Erfolge erzielen.

Ich habe verschiedene solche Patienten behandelt und konnte mich stets von der guten Wirkung überzeugen, aber richtig muß die Behandlung ausgeführt werden. Ganz falsch ist es und gesundheitsschädigend, wenn man von blutarmen, schwächlichen Individuen verlangt, daß sie sich allein durch körperliche Übungen kräftigen sollen, sei es nun durch viel Gehen oder Freiübungenmachen, womöglich noch mit Hanteln oder Stäben, oder etwa durch Radfahren oder Schwimmen oder sonstige besondere körperliche Tätigkeiten. Dazu sind sie viel zu schwach, schon die leichtesten Freiübungen können für sie zu anstrengend sein. Bei ihnen fängt man, außer mit den einfachsten Handgriffen der Massage, dem Streichen der Gliedmaßen und des Rumpfes in der Richtung des Blut- und Lymphstromes, mit den leichtesten gymnastischen Bewegungen, mit den passiven Bewegungen an, wo, wie schon anfangs erwähnt, jeder Körperteil bei guter Unterstützung des sonstigen Körpers in sitzender oder liegender Stellung von einem Bewegungsgeber ohne jede Mittätigkeit des Kranken bewegt wird. Gleichzeitig sucht man durch Atmungsgymnastik die Atmung zu unterstützen. An die passiven Bewegungen reiht man dann die Widerstandsbewegungen an. Bewegungen, die nach der körperlichen Anstrengung, die sie erfordern, wie ich ebenfalls schon hervorhob, zwischen den passiven und den rein aktiven Bewegungen, unsern Freiübungen, zu stehen kommen. Natürlich gehört es, um sie nutzbringend anzuwenden, dazu, daß der Bewegungsgeber den Kräftezustand des Kranken richtig beurteilen kann, und daß er mit den Gesetzen der Muskelarbeit vertraut ist. Mit der Anwendung der Widerstandsbewegungen geht man dann gewöhnlich auch zu kräftigeren Massagebewegungen, besonders zu Muskelknetungen, über, und erst, wenn diese Einwirkungen keine wesentliche Ermüdung mehr hervorrufen, kann man dann den Versuch mit Freiübungen machen.

Was hinsichtlich der Art und Weise gilt, wie man bei den Blutarmen vorgehen muß, gilt auch für die Diabetiker. Auch hier muß man vorsichtig beginnen, um die Kräfte der Kranken nicht etwa anstatt zu heben, herunter zu bringen. Der von Külz durch genaue Versuche festgestellten Tatsache (Strümpell, Lehrbuch der speziellen Pathologie usw. 1904 II, S. 648), daß »durch eine vermehrte Muskelaktion unter sonst gleichen Verhältnissen der Verbrauch des Zuckers

gesteigert und die Zuckerausscheidung durch den Harn nicht unerheblich herabgesetzt werden kann«, entspricht der günstige Erfolg, den ich beim Diabetes durch Massage und Gymnastik erzielt habe.

Weniger ängstlich hinsichtlich der Stärke der Muskelarbeit, die man dem Kranken zumutet, braucht man im allgemeinen bei den Gichtikern und Fettleibigen zu sein. Bei ihnen kann man, abgesehen vom akuten Gichtanfalle, meist sehr bald zu kräftigen Bewegungen übergehen. Indes habe ich auch Gichtiker gehabt, die wegen Mitbeteiligung der Nerven jede stärkere Massagebehandlung anfangs schlecht vertrugen, bei denen ich erst Schmerzlosigkeit und gute Bewegungsfähigkeit erzielte, als ich lediglich neben leichten Bewegungen zu Streichungen der einzelnen Körperteile übergegangen war. Sonst ist aber bei den Gichtikern eine gründliche Massage besonders der auch bei ihnen vorkommenden Verdickungen unerläßlich.

An die Besprechung der Konstitutionskrankheiten schließe ich die der Behandlung der Rekonvaleszenten nach inneren und äußeren Krankheiten an. Ich behandle im allgemeinen jeden derartigen Kranken, wenn nicht besondere Gründe es verbieten, so bald als möglich mit Massage und Gymnastik. Ich warte hiermit nicht, bis der Kranke aufstehen und selbst körperlich tätig sein kann, sondern ich beginne damit bereits im Bette, und zwar ähnlich, wie ich es für Blutarme und Schwächliche angegeben habe. Ich fange also mit dem einfachen Streichen der Gliedmaßen und des Rumpfes an, gehe dann allmählich zu kräftigeren Massagebewegungen über und mache gleichzeitig anfangs passive, später Widerstandsbewegungen und außerdem möglichst frühzeitig Atmungsgymnastik und Leibmassage. Auf diese Weise erziele ich eine ziemlich schnell eintretende Kräftigung und kann gewöhnlich die Kranken viel eher aufstehen lassen, als es mir früher ohne diese Behandlung möglich war. Von großem Werte ist diese Behandlungsweise besonders bei Kranken mit akutem Gelenkrheumatismus. Je eher man bei ihnen mit dieser Behandlung beginnt, um so schneller werden sie kräftig, um so schneller verlieren die befallenen Gelenke ihre Steifigkeit, und um so leichter verhütet man, daß die dazugehörige Muskulatur schwindet. Eine Erscheinung, die bekanntlich besonders schnell bei Erkrankung der Kniegelenke an der Oberschenkelmuskulatur sich zeigt. Betonen möchte ich noch ganz besonders, daß bei den Rekonvaleszenten nach akutem Gelenkrheumatismus die Massage der befallenen Gelenke und der dazu gehörigen Muskulatur allein nicht

genügt, um schnell ein gutes Ergebnis zu erhalten, bei ihnen ist eine frühzeitige, mit der Massage gleichzeitig schon im Bette vorgenommene, den Körperkräften richtig angepaßte Gymnastik von ganz außerordentlichem Werte.

Ich komme zu den Krankheiten der Atmungsorgane. Bei diesen kann die Heilgymnastik und Massage dazu dienen, die Atmung voller und tiefer zu machen, die Ausdehnungsfähigkeit und überhaupt die Beweglichkeit des Brustkorbes wieder zu vergrößern, den Schleim von der Oberfläche der Bronchialschleimhaut abzulösen und bei Blutüberfüllung der Atmungsorgane das Blut von diesen abzuleiten. (Wide, Handbuch der medizinischen Gymnastik 1897, S. 206 ff.) Natürlich sind die Bewegungen je nach dem Zwecke, den man im Auge hat, verschiedene. Eine große Erleichterung kann man auf diese Weise z. B. Kranken mit chronischem Bronchialkatarrh und Emphysem verschaffen, weil man ihnen das Aushusten des Schleimes und die Atmung begünstigt und die Blutstauung in den Atmungsorganen vermindert.

Auch bei Kindern mit Bronchialkatarrh ohne Fieber habe ich diese Behandlungsweise mit sehr gutem Erfolge angewandt.

Dann nach Brustfellentzündung hat man in der Gymnastik ein ausgezeichnetes Mittel, das Nachschleppen der erkrankt gewesenen Seite wieder zu vermindern oder ganz zu beseitigen.

Zweifellos können ferner auch nach meiner Ansicht asthmatische Beschwerden bisweilen durch Atmungsgymnastik günstig beeinflußt werden, wenn ich auch die von anderer Seite dadurch erzielten Heilungen selbst nicht beobachten konnte.

Eine Krankheit der Atmungsorgane aber, von der ich glaube, daß die mechanische Behandlung bei ihr noch eine Zukunft haben kann, ist das Heufieber.

Bekanntlich wird nach Dunbar und Weichardt das Heufieber, über dessen Ätiologie Dr. Mohr in dem VIII. Berichte des Heufieberbundes von Helgoland vom Jahre 1906 eingehende Mitteilungen macht, als Folge einer Vergiftung mit dem spezifischen Gifte der Blütenpollen verschiedener Pflanzen, besonders Gräser und Kornarten, angesehen. Jedoch sind für diese Vergiftung nicht alle Menschen empfänglich, es gehört vielmehr eine besondere Disposition dazu. Und diese Disposition kann erfahrungsgemäß durch verschiedene Umstände hervorgerufen werden, einmal durch Erkrankungen der Nase und des Rachens, dann infolge einer allgemeinen neuropathischen Veranlagung und schließlich durch eine allgemeine körperliche Schwäche nach Infektions- und sonstigen schweren Krankheiten.

Die gegen das Heufieber empfohlenen Mittel sind sehr zahlreich, wie stets gegen Krankheiten, für die man noch kein Spezifikum gefunden hat. Aber der

Erfolg der Mittel ist, abgesehen davon, daß man der Vergiftung durch Ortswechsel aus dem Wege geht, bisher nicht befriedigend. Auch die Serumbehandlung (Pollantin und Graminol), die jetzt viel angewandt wird, hat nach den neuesten, statistischen Angaben des Heufieberbundes von Helgoland bisher nicht den Erfolg gehabt, den man von ihr erwartet hat. Die mechanische Behandlungsweise bezweckt nun, die Disposition zu der Erkrankung zu vermindern, dadurch daß sie gegen die allgemeine körperliche Schwäche oder gegen die nervöse Anlage vorgeht und dadurch, daß sie die Empfindlichkeit der Nasen- und Rachenschleimhaut zu vermindern bestrebt ist. Ersteres sucht sie durch allgemeine gymnastische und Massagemaßnahmen zu erreichen, letzteres durch die innere Nasenmassage. Laker hat bereits 1898 in dem Bumschen Handbuch der Massage und Heilgymnastik erwähnt, daß er hochgradige und veraltete Fälle von Heufieber durch die Nasenmassage geheilt hätte. Ich habe 1898 seine Methode bei ihm selbst kennen gelernt und habe in früheren Jahren bereits bei mehreren Kranken, die leider aus äußeren Gründen die Kur nicht beenden konnten, den Zustand durch diese Behandlung wenigstens bessern können, in diesem Jahre nun habe ich es bei einem jungen Manne, der sechs Jahre an starkem Heufieber gelitten hatte, durch eine viermonatige, vor der Heufieberzeit begonnene Behandlung erreicht, daß er das ganze Jahr frei vom Heufieber geblieben ist, obwohl er zur Heufieberzeit in derselben Gegend geblieben ist, in der er bisher jährlich an Heufieber stark erkrankte. Jedenfalls halte ich die Behandlungsweise der Nachprüfung sehr wert.

Bei den Krankheiten der Zirkulationsorgane kann ich selbstverständlich mit Massage und Gymnastik ebensowenig wie mit den sonst üblichen Mitteln eine Heilung organischer Veränderungen erzielen, aber ich kann mit ihnen die Beschwerden, die diese Krankheiten, die Herzfehler, die Herzmuskelerkrankungen, das Fettherz, mit sich bringen, die Atemnot, das Herzklopfen, die Stauungserscheinungen und andere Beschwerden vermindern oder zeitweise ganz beseitigen oder aber auch die Wirkung innerer Herzmittel erhöhen. Ich erziele eine Kräftigung des Herzens dadurch, daß ich ihm das Übermaß von Arbeit durch Beseitigung der venösen Blutüberfüllung abnehme. Der Unterschied zwischen dieser mechanischen Behandlungsweise und derjenigen mit inneren Mitteln liegt darin, daß bei letzterer die Leistungsfähigkeit des Herzens durch Anreizung der Herznerven und -muskeln vermehrt wird, das ermattete Herz gleichsam durch Peitschenhiebe weiter getrieben wird, dagegen bei der mechanischen Behandlungsweise die vom Herzen notwendigerweise zu leistende Arbeit durch Verminderung der Widerstände ihm erleichtert wird. Durch die dadurch bewirkte Verminderung seiner Inanspruchnahme kann sich das Herz erholen und somit neue Kräfte sammeln.

Meist sind es passive Bewegungen, die anzuwenden sind, Streichen, Kneten, Rollungen, Atmungsbewegungen. Das Streichen namentlich der Gliedmaßen in der

Richtung nach dem Herzen zu befördert die Lymphe und das Blut in dieser Richtung hin. Daß dies der Fall ist, kann man z. B. deutlich beim Wegstreichen von Blutergüssen beobachten, die dadurch nach kurzer Zeit von einem peripher gelegenen Körperteil zu einem mehr zentral gelegenen sichtbar befördert worden sind. Bei den Knetungen wird das Blut und die Lymphe aus den Muskeln weg nach dem Herzen zu gedrückt, und in gleicher Weise wird bei der als Bauchmassage angewandten Knetung des Bauches die Zirkulation in dem blutüberfüllten Verdauungsapparat durch Zusammendrücken der Venen gefördert. Die Rollbewegungen in den verschiedenen Gelenken erleichtern ferner den Blutkreislauf und den Lymphstrom durch das abwechselnde Zusammendrücken und Ausdehnen der Gefäße. Und schließlich wirkt die Atmungsgymnastik zirkulationsfördernd, weil sie die Ein- und Ausatmung vergrößert. Der Einfluß der Einatmung besteht ja bekanntlich in der Beförderung des venösen Zuflusses zum Herzen durch die Hohlvenen, wodurch eine ergiebige Diastole begünstigt wird, der Einfluß der Ausatmung in der Beförderung der Blutbewegung in das Arteriensystem hinein und der dadurch begünstigten systolischen Entleerung des Herzens (Landois).

Von dem günstigen Einflusse dieser Behandlungsweisen bei peripheren Zirkulationsstörungen möchte ich nur noch den auf Beingeschwüre erwähnen. Ich habe Fälle von jahrelangem Bestehen — bei einer Kranken bestand das Leiden über 20 Jahre — durch Massage und später Bewegungen zur Heilung gebracht. Bei der genannten Kranken hat die Heilung jetzt bereits über sieben Jahre angehalten.

Schließlich möchte ich hier noch einen Fall von Kohlenoxyd-Vergiftung anführen, den ich vor einer Reihe von Jahren behandelt habe.

Es handelte sich um einen Kranken, der eines Morgens bewußtlos, stark röchelnd im Bette liegend aufgefunden worden war. Ich fand den Kranken noch bewußtlos vor, die Atmung war sehr angestrengt, der Puls klein, beschleunigt, bisweilen unregelmäßig und aussetzend. Ich gab zahlreiche Kampfer- und Kochsalzeinspritzungen, sorgte für reichlich frische Luft, gab Nährklistiere, machte künstliche Atmung und ließ den Kranken fast beständig gleichzeitig an den oberen und unteren Gliedmaßen reiben und streichen. Auch nachts wurde mit den Einspritzungen und der Massage fortgefahren; es lösten sich in der Massage halbstündlich je zwei Krankenpfleger ab. Die Bewußtlosigkeit hielt bis zum Morgen des dritten Tages an. Als ich zu dieser Zeit den Kranken beim Namen rief, schlug er zum ersten Male die Augen wieder auf. Die Freude, die damals mit mir alle bei der Rettung Beteiligten hatten, brauche ich nicht zu beschreiben. Meiner Überzeugung nach wäre der Mann trotz der übrigen Maßnahmen nicht am Leben zu erhalten gewesen, wenn er nicht beständig zur Unterstützung der Blutzirkulation massiert worden wäre. Freilich dauerte es noch Monate, bis sich der Kranke vollständig wieder erholte, namentlich verzögerte eine Peroneuslähmung die Heilung. Der Mann wurde aber doch schließlich wieder ganz gesund.

Von der Massage und Gymnastik bei chirurgischen Erkrankungen brauche ich hier nicht viel zu sagen, die Anwendung derselben bei

derartigen Krankheiten ist im allgemeinen bekannt. Indes lassen Sie mich, bitte, auch hier einiges hervorheben; so, wie wichtig, abgesehen von Knochenbrüchen, oft eine möglichst frühzeitige derartige Behandlung ist.

Vor Jahren behandelte man z. B. eine Verstauchung zunächst 8 Tage oder noch länger mit Ruhe und Eis und erst dann begann man mit Massage, und mit den Bewegungen wartete man, bis sie sich der Kranke selbst wieder zutraute. Die Heilung zog sich dadurch sehr in die Länge, und von vielen Kranken konnte man noch nach Jahren über Schwäche in dem betroffenen Körperteile klagen hören. Heute wird sofort massiert und schon nach wenigen Tagen mit Bewegungen begonnen, und die Folge davon ist, daß man viel schneller zum Ziele gelangt und daß die Kranken viel seltener noch für länger Störungen zurückbehalten. Vorausgesetzt natürlich wieder, daß in richtiger Weise massiert und gymnastiziert wird.

Bekomme ich eine Fußverstauchung in Behandlung, so streiche ich den ersten und zweiten vielleicht auch noch dritten Tag nur den Unterschenkel von der Gegend oberhalb der Verstauchung hinauf bis zum Knie, zunächst ohne besonderen starken Druck zwei- bis dreimal täglich eine halbe Stunde. Dadurch, daß ich das Fußgelenk selbst in Ruhe lasse, verursacht die Massage dem Kranken auch keine Schmerzen. Nach wenigen Sitzungen habe ich dadurch den Bluterguß oberhalb der Verstauchung, in der Wade und höher. Damit verlieren sich die Schmerzen im Fußgelenk, und die Beweglichkeit bessert sich. Durch anfangs passive, dann Widerstands- und schließlich aktive Bewegungen sorge ich dann dafür, daß die Muskulatur kräftig bleibt, oder sich wieder kräftigt, und gewöhnlich nach einigen Tagen kann dann der Kranke bereits den Fuß wieder zum Gehen gebrauchen. Besonders wichtig ist bei Fußverstauchungen die Stärkung derjenigen Muskeln durch Widerstandsbewegungen, die den inneren Fußrand heben. Unterläßt man dies, so bleibt leicht eine Schwäche zurück, und man hört dann Klagen, wie wir sie vom entzündlichen Plattfuß kennen. Umschläge benutze ich in der Zwischenzeit nicht, ich lege während derselben lediglich eine dünne Binde an, um dem Gelenke etwas mehr Halt zu geben.

Was endlich die Massage und Gymnastik in der Orthopädie anlangt, so haben wir auch auf diesem Gebiete in den genannten Heilmethoden ein wertvolles Mittel. Erst vor kurzem hat Hoffa es wieder erklärt (Monatsschrift für orthopädische Chirurgie, Nr. 2, Februar 1907), daß es wohl kaum eine Knochen- oder Gelenksdeformität gibt, bei deren rationeller Behandlung die Massage und Mediko-Mechanik entbehrt werden könnte.

Und wenn derselbe Gelehrte an einer anderen Stelle (orthopädische Chirurgie 1905, S. 387) sagt, »die beginnenden Skoliosen des ersten Stadiums sind durch passende Behandlung vollkommen heilbar, bei den Skoliosen zweiten Grades läßt sich durch die Therapie jedesmal die normale Konfiguration der Rumpfkonturen und eine entschiedene

Überführung der seitlichen Verkrümmungen in geringere Grade oder selbst bis zur Mittellinie erreichen, und bei den Skoliosen dritten Grades läßt sich durch eine konsequente Behandlung eine Besserung der Konturen des Rumpfes erzwingen« — so hängt ein großer Teil solcher Erfolge von der Anwendung der Massage und Gymnastik ab. Zu erzielen sind sie aber, wie Hoffa dann weiter ausführt, nur, wenn die Übungen exakt und unter steter Kontrolle des Arztes ausgeführt werden.

Viel Zeit und Geduld verlangen derartige Behandlungen, aber sie können, wie Sie aus dem Angeführten ersehen, dem Kranken und dem Arzte auch Befriedigung geben.

Ich bin am Ende.

Was ist nun das Ergebnis meiner Ausführungen?

Ich denke, ich kann es in folgendem zusammenfassen:

1. Die Massage und Gymnastik sind unter den physikalischen Heilmethoden Disziplinen von größter Bedeutung.
2. Sie können bei einer großen Anzahl von Krankheiten aus fast allen Gebieten der Medizin Anwendung finden.
3. Sie ermöglichen eine allgemeine Kräftigung des Organismus und bilden somit auch ein prophylaktisches Mittel gegen Erkrankungen.
4. Der Wert dieser Disziplinen ist aber noch nicht genügend bekannt.
5. Zum Nachteil für das Ansehen der genannten Heilmethoden und oft zum Nachteile für die Kranken ruhen zu einem großen Teile die Heilmethoden heute noch in den Händen von Laien.
6. Anzustreben ist, daß die Massage und Gymnastik immer mehr von den Ärzten selbst ausgeführt werde oder wenigstens unter ihrer Aufsicht von Personen, die, wie die schwedischen Gymnasten und Gymnastinnen, einen systematischen, gründlichen Unterricht in der Bewegungstherapie und deren Hilfswissenschaften genossen haben.

Gedruckt in der Königl. Hofbuchdruckerei von E. S. Mittler & Sohn, Berlin SW68, Kochstr. 68—71.